

PENERAPAN LATIHAN ASERTIF UNTUK MENINGKATKAN KETRAMPILAN  
SISWA SMP NEGERI 2 KARANGAJATI NGAWI DALAM MENOLAK AJAKAN TEMAN MENGKONSUMSI MINUMAN KERAS

**PENERAPAN LATIHAN ASERTIF UNTUK MENINGKATKAN KETRAMPILAN  
SISWA SMP NEGERI 2 KARANGAJATI NGAWI DALAM MENOLAK AJAKAN TEMAN  
MENGKONSUMSI MINUMAN KERAS**

***APPLICATION OF ASSERTIVE TRAINING TO INCREASE DOMESTIC SKILLS  
STUDENTS SMP 2 KARANGAJATI NGAWI REJECT CALL FRIENDS EAT IN LIQUOR***

**Dimas Puguh Widodo**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
email: [puguh.20.p2@gmail.com](mailto:puguh.20.p2@gmail.com)

**Dr. Budi Purwoko, M.Pd**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**ABSTRAK**

Mengonsumsi minuman keras bagi sebagian orang merupakan bukti kejantanan atau kemoderan dalam pergaulan. Ironisnya minuman ini tidak hanya dikonsumsi oleh orang dewasa, akan tetapi kaum remaja sudah mulai mencoba-coba mencicipinya. Dari hasil wawancara dengan guru BK di SMP Negeri 2 Karangjati, terdapat 12 siswa dari kelas VII-XI yang pernah mengonsumsi minuman keras. Penyebab siswa mengonsumsi minuman keras karena ajakan teman, mereka tidak bisa menolak ajakan teman karena mereka takut di musuhi anggota kelompoknya, takut meyinggung perasaan teman yang ada di kelompoknya. Ketidakmampuan menolak ajakan teman dalam mengonsumsi minuman keras merupakan bentuk ketidakmampuan mengekspresikan pendapat atau perasaan. Jadi, masalah ini sangat cocok untuk di tangani dengan latihan asertif. Penelitian ini bertujuan untuk menguji penerapan strategi latihan asertif untuk meningkatkan keterampilan siswa SMPN 2 karangjati Ngawi untuk dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras. Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian kuantitatif dan jenis penelitiannya adalah *pre-experimental design* dengan *one group pre-test dan post-test design*, yaitu penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok tanpa kelompok pembading. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket keterampilan siswa dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras. Subyek dalam penelitian ini adalah 5 siswa yang memiliki skor rendah dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji tanda. Berdasarkan hasil uji tanda menunjukan Tanda positif (+) berjumlah 5 siswa yang dinyatakan sebagai N (jumlah pengamatan yang relevan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah nol. Dengan melihat pada tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=5$  dan  $x=0$ , maka diperoleh  $p = 0,031$ . Apabila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka  $0,031 < 0,05$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perubahan skor keterampilan siswa SMP Negeri 2 karangjati dalam menolak ajakan teman dalam mengonsumsi minuman keras antara sebelum dan dengan sesudah penerapan latihan asertif yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berdasarkan rata-rata Skor *pre-test* 94,5 dan *post-test* 109,6, maka dapat dibuktikan bahwa penerapan latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan siswa SMP Negeri 2 Karangjati dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras.

**Kata kunci :** Latihan Asertif, Mengonsumsi Minuman Keras.

**ABSTRACT**

*Consuming liquor for some people is a proof of virility or modern in the association. Ironically, the drink is not only consumed by adults, but young people have started to dabble taste. Adolescents with all the problems of life is very susceptible to the influence of liquor or drugs. Individuals who enter early adulthood who became alcoholics can cause health problems. From interviews with teachers BK in SMP domestic 2 Karangjati, there were 12 students of class VII-XI ever konsums hard. Penyebab students consume alcohol because of the invitation of friends, they can not say no to friends because they fear hostile to members of the group, fear of feeling offensive content existing friends in the group, from the causes of students who can not say no to consume liquor in the given application assertiveness training. This study aims to examine the implementation of the strategy assertiveness training to improve the skills of students of SMPN 2 Karangjati in Ngawi to say no to friends consumed liquor.*

*This research is categorized as research kualitatif and the type of work was is pre-experimental design with one group pre-test and post-test design, the experimental research conducted in one group without pembading group. Data collection methods used in this study using of student skills in resisting calls to friends consumed liquor. Subjects*

*in this study were five students who had low scores in resisting calls to friends consumed liquor. Data analysis technique used is the test mark. Based on the test results showed signs positive sign (+) amounting to 5 students expressed as N (the number of relevant observational) and x (number of heads less) amounted to zero. By looking at the table with the provisions binomial test  $N = 5$  and  $x = 0$ , the obtained  $p = 0.031$ . If the provisions  $\alpha$  (standard error) of 5% is 0.05, then the price of  $0.031 < 0.05$ . It can be concluded that there is a change score of the student's skills in the Junior High School 2 Karangjati say no to friends in alcohol consumption between before and after implementation of assertiveness training, which means  $H_0$  rejected and  $H_a$  accepted. Based on the average scores of pre-test and post-test 94.5 109.6, it can be proved that penerapatan assertiveness training can improve students' skil*

**Keywords:** Assertive Training, Consume Alcohol

## PENDAHULUAN

Persoalan kenakalan remaja di negara kita beberapa tahun belakangan ini telah memasuki titik kritis. Selain frekuensi dan intensitasnya terus meningkat, kenakalan remaja saat ini sudah mengarah pada perbuatan yang melanggar norma, hukum *Is in the Junior High School 2 Karangjati say no to friends consumed liquor.a questionnaire*

, dan agama. Masalah kenakalan remaja tumbuh, berkembang dan membawa akibat-akibat tersendiri sepanjang masa yang sulit untuk dicari ujung pangkalnya. Betapa sering kita dikejutkan oleh berita-berita kenakalan remaja melalui media massa, cetak maupun elektronik yang sudah kelewat batas. Banyak remaja yang memiliki kebiasaan buruk seperti merokok, minum-minuman keras, berjudi, berkelahi, membuat keonaran, merusak serta melakukan seks bebas dan mengkonsumsi narkoba. Masa remaja ini merupakan masa-masa yang menentukan perkembangan setiap manusia. Banyak yang mengatakan bahwa masa remaja adalah masa transisi dari sisi keanak-kanakan menuju tahap kedewasaan. Pada masa transisi ini, anak berusaha untuk mencari jati dirinya dengan melakukan uji coba terhadap hal-hal baru. Para remaja terkadang melakukan tindakan baru yang bertujuan agar lebih dikenal oleh orang lain.

Sebagai masa transisi yang sifatnya masih labil tentu saja banyak hal-hal yang berubah pada diri seorang remaja. Keadaan tersebut menunjukkan betapa pentingnya remaja membutuhkan bantuan guna menyelesaikan masalah yang dihadapinya melalui pengambilan keputusan yang tepat sehingga tidak merugikan dirinya maupun masa depannya. Remaja yang berkembang memperlihatkan kemampuan bertindak laku yang positif. Remaja memang memperlihatkan tingkah laku yang khas sebagai tanda bahwa mereka berkembang sebagai remaja yang normal. Remaja menurut Elida Prayitno (2006:9) berada dalam posisi bingung dalam melakukan peran. Sensitif dan mudah tersinggung dan kadang-kadang tidak stabil sehingga tindakan mereka tidak dapat diperkirakan. Sebagian siswa banyak melakukan pelanggaran yang tidak mampu untuk berkembang secara positif dan dinamis.

Kelompok sebaya merupakan lingkungan sosial utama pada masa remaja. Remaja akan berusaha untuk diterima dalam kelompok. Cara yang biasa dipakai

adalah mengikuti standar kelompok sebaya, mulai dari gaya hidup, perilaku, maupun sudut pandang. Remaja mulai mengikuti tren yang berkembang di masyarakat. Imbasnya, remaja mudah terbawa arus hingga terjerumus ke permasalahan kenakalan remaja. Salah satu bentuk kenakalan remaja adalah mengkonsumsi minuman keras. Minuman keras adalah minuman yang mengandung etanol. Zat psikoaktif yang apabila dikonsumsi dapat menghilangkan kesadaran (Nurwijaya, 2009). Minuman keras adalah obat yang sangat keras. Di dalam tubuh alkohol bereaksi terutama sebagai penenang dan memperlambat aktivitas otak (Santrock, 2003). Akibat minuman keras ini dapat menyerang tingkat kesadaran, orang yang mengkonsuminya akan mengalami mabuk. Sebenarnya masyarakat kita sudah banyak yang tahu tentang bahaya dari akibat minuman keras atau minuman beralkohol ini. Salah satunya adalah menimbulkan kecanduan yang luar biasa, karena minuman keras atau minuman beralkohol ini mengandung zat aditif, yaitu zat yang jika masuk ke tubuh manusia walaupun dengan jumlah sedikit akan menimbulkan efek kecanduan yang luar biasa. Masyarakat juga telah mengerti bahwa sebenarnya minuman keras ini dapat merusak syaraf.

Hampir setiap hari kita mendengar dan melihat peristiwa tragis menimpa orang-orang yang mengkonsumsi minuman beralkohol. Mengkonsumsi minuman keras yang beralkohol sudah merupakan perilaku biasa dan menjadi tuntutan yang harus dilakukan oleh sekelompok orang dalam mengekspresikan suatu momen, misalnya dalam pesta-pesta, perpisahan tahun, atau dalam acara syukuran.

Seperti halnya yang dialami oleh siswi SMP di Kabupaten Malang, berinisial AA (12) yang diperkosa oleh tiga remaja. Dua pelaku ditangkap polisi, satu lagi masih dalam pengejaran, awalnya korban diajak bermain ke Tugu Kalipare, Kabupaten Malang, "Saat korban dalam kondisi mabuk tidak sadarkan diri, oleh ketiga pelaku dibawa ke rumah teman korban di Kalipare. Saat di rumah teman korban itu, si korban dicabuli dan diperkosa secara bergiliran.". Korban baru sadar sudah diperkosa setelah diberitahukan temannya. (<http://regional.kompas.com/read/2015/03/10/20432601/Seorang.Gadis.Belia.Diperkosa.Tiga.Remaja.Seusai.Pesta.Miras.>)

Pesta miras ini banyak menimbulkan korban nyawa bagi para pelakunya. Mengkonsumsi minuman keras bagi sebagian orang merupakan bukti kejantanan

atau kemoderan dalam pergaulan. Ironisnya minuman ini tidak hanya dikonsumsi oleh orang dewasa, akan tetapi kaum remaja sudah mulai coba-coba mencicipinya. Remaja dengan segala problematika hidup sangatlah rentan terhadap pengaruh minuman keras maupun obat-obatan terlarang. Individu yang memasuki masa dewasa awal yang kemudian menjadi pecandu alkohol dapat menyebabkan terganggunya kesehatan mental.

Minuman keras meliputi seluruh jenis minuman yang mengandung alkohol (nama kimianya etanol). Menurut catatan arkeologi, minuman beralkohol sudah dikenal manusia sejak kurang lebih 5000 tahun yang lalu. Minuman beralkohol merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari pada berbagai kebudayaan tertentu. Di Indonesia, dikenal beberapa minuman lokal yang beralkohol, misalnya arak, brem, tuak, dan ciu. Jika kita mengonsumsi minuman keras dalam jumlah banyak, dapat menekan aktivitas otak bagian atas sehingga menghilangkan kesadaran. Pemakaian alkohol dalam jangka waktu lama dapat meningkatkan metabolisme aktivitas zat – zat yang terdapat pada hati dan zat – zat yang dapat menimbulkan kanker, menghambat pembentukan protein dan menyebabkan gangguan fungsi hati. Alkohol yang diminum akan cepat diresap ke dalam pembuluh darah kemudian disebarluaskan keseluruh jaringan dan cairan tubuh. Semakin tinggi kadar alkohol dalam minuman, akan semakin cepat penyerapan ke dalam darah kita. Didalam hati, Alkohol akan dioksidasi atau dibakar. Apabila alkohol yang diminum terlalu banyak, maka tidak semua alkohol akan tinggal didalam darah dan akan dibawa sampai otak. Didalam otak apabila kadar alkohol masih sedikit maka peminum akan mengalami *euphoria* ( perasaan gembira dan nyaman ). Tetapi jika masuknya alkohol makin lama makin banyak, akibatnya minuman keras secara terus menerus maka orang yang mengonsumsi minuman beralkohol akan mengalami mengantuk dan tertidur, bahkan dapat meninggal.

(<http://adhenqinoy.blogspot.com/2015/02/karya-tulis-minuman-keras.html>)

Dari hasil wawancara dengan guru BK di SMPN 2 Karangjati Ngawi pada tanggal 18 februari 2015 didapatkan data-data terkait pecandu minuman keras (beralkohol) sebagai berikut 2 orang siswa kelas VII, 7 orang siswa kelas VIII, dan 3 orang siswa dikelas IX. Para siswa mempunyai alasan tersendiri ketika mengonsumsi minuman keras (beralkohol). Siswa kelas 1 mengonsumsi minuman keras (beralkohol) dikarenakan mengikuti orangtuanya yang seorang preman. Sedangkan siswa yang lain rata-rata mengonsumsi minuman keras dikarenakan terpengaruh teman. Sebenarnya siswa itu tidak ingin mengonsumsi minuman keras karena mereka mengetahui bahwa mengonsumsi minuman keras dapat merusak kesehatan. Dari keterangan siswa, bahwa bentuk ajakan untuk mengonsumsi minuman keras, ketika pulang sekolah yang mana siswa membentuk kelompok untuk *nongkrong bareng*. Dari kegiatan *nongkrong bareng* tersebut pasti ada siswa yang mengajak untuk mengonsumsi minuman keras sebagai tanda

persaudaraan. Siswa yang sering *nongkrong bareng* tidak bisa menolak ajakan temannya dikarenakan bila siswa menolak ajakan dari salah satu temannya mereka akan di musuhi dari anggota kelompoknya, siswa yang menolak ajakan dari temannya dianggap sebagai penghianat.

Sebagian besar siswa mengonsumsi minuman keras dilatar belakangi oleh beberapa hal. Salah satunya adalah karena ajakan teman, mereka tidak bisa menolak ajak teman karena mereka takut di musuhi anggota kelompoknya, takut menyinggung perasaan teman yang ada di kelompoknya, hal tersebut tentunya memiliki dampak negatif karena mengonsumsi minuman keras berdampak pada diri sendiri dan kesehatan, mengganggu proses belajar karena siswa cenderung tidur di kelas.

Dari hasil wawancara dengan wali kelas di SMPN 2 Karangjati Ngawi pada tanggal 02 Mei 2015 didapatkan bahwa hasil raport siswa yang mengonsumsi minuman keras (beralkohol) mengalami penurunan prestasi belajar. Dari hasil wawancara dengan wali kelas, dijelaskan bahwa anak didiknya yang mengonsumsi minuman keras banyak yang membolos, suka melamun, suka tidur di kelas, dan mudah marah dengan temannya karena hal sepele.

Selama ini upaya yang dilakukan oleh Guru BK dalam mengurangi siswa yang mengonsumsi minuman keras yaitu dengan memberikan layanan informasi dan memberikan nasehat tentang bahaya minuman keras, namun belum membuat siswa jera.

Berdasarkan latar belakang terungkap bahwa salah satu alasan siswa mengonsumsi minuman keras disebabkan oleh ajakan teman, dan beberapa langkah yang tempuh oleh pihak sekolah masih belum menunjukkan hasil yang memuaskan, oleh karena itu dibutuhkan sebuah cara atau strategi yang lebih efektif untuk menangani masalah ini. Salah satu alternatif yang dapat digunakan yaitu memberikan latihan asertif.

Menurut Corey (2010: 213) dijelaskan bahwa latihan asertif merupakan latihan untuk individu yang mengalami kesulitan menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar untuk diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal. Latihan asertif dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas. Menurut Redd dkk (dalam Nursalim, dkk., 2005:130) menyatakan bahwa latihan asertif direkomendasikan untuk individu yang mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain, memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain.

Ketidakmampuan menolak ajakan teman dalam mengonsumsi minuman keras merupakan bentuk ketidakmampuan mengekspresikan pendapat atau perasaan jadi, masalah ini sangat cocok untuk di tangani dengan latihan asertif.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, karena ada suatu perlakuan yang di terapkan oleh

peneliti. Menurut Sugiyono (2010:72 ) penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang di gunakan untuk mencari pengaruh perlakuan terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Menurut Sugiono (2010:73), ada beberapa bentuk design penelitian eksperimen, yaitu : *pre-experimental design*, *true experimental design*, *factorisl design* dan *quasi ekperimental design*.

Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian kualitatif dan jenis penelitiannya adalah pre-eksperimental design dengan *one group pre-test and post-test design*, yaitu penelitian eksperimen yang di laksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Desain ini di pilih berdasarkan tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan yang signifikan pada skor keterampilan siswa menolak ajakan teman mengkonsumsi minuman keras, pada siswa antara sebelum dan sesudah pemberian penerapan latihan asertif dengan pendekatan .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Data Hasil Pre-test

Pelaksanaan *pre-test* pada Siswa SMPN 2 Karangjati berlangsung pada tanggal 23 Desember 2015. *Pre-test* digunakan untuk menentukan skor ketrampilan menolak ajakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras pada siswa SMPN 2 Karangjati, sebelum diberikan perlakuan.

Jumlah siswa pada saat dilakukan *pre-test* yaitu sebanyak 80 siswa. Dari hasil perhitungan mean dan standar deviasi diperoleh 5 siswa, yang memiliki skor ketrampilan menolak ajakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras rendah. Hasil perhitungan mean dan standar deviasi dari hasil *pre-test* angket ketrampilan menolak ajakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras adalah sebagai berikut :

$$\begin{aligned}\text{Mean} &= \frac{\sum x}{N} = \frac{8740}{80} = 109.25 \\ \text{SD} &= \sqrt{\frac{\sum x^2 - (\frac{\sum x}{N})^2}{N-1}} \\ &= \sqrt{\frac{960046 - (\frac{8740}{80})^2}{79}} \\ &= \sqrt{\frac{960046 - 954.845}{79}} = \sqrt{\frac{5201}{79}} \\ &= \sqrt{65.8} = 8,11\end{aligned}$$

- Kategori tinggi :  $109.25 + 1 (8,11) = 117,4$  ke atas
- Kategori sedang :  $109.25 - 1 (8,11)$  sampai  $227,78 + 1 (8,11) = 101.14$  sampai 117.4
- Kategori rendah :  $109.25 - 1 (8,11) = 101,14$  ke bawah

Dari hasil pedoman pengkategorian tersebut diperoleh 5 siswa yang termasuk ke dalam kategori rendah. Sehingga 5 siswa tersebut dijadikan sebagai subjek penelitian. Hasil *pre-test* terhadap subjek penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.2

Data Hasil Angket *Pre-test*

| Nama/Item | Skor | Kategori |
|-----------|------|----------|
| E         | 88   | RENDAH   |
| M         | 98   | RENDAH   |
| P         | 93   | RENDAH   |
| U         | 94   | RENDAH   |
| BP        | 100  | RENDAH   |

### Analisis Hasil Penelitian

Teknik analisis yang digunakan untuk *pre-test* dan *post-test* pada penelitian ini adalah statistik *non parametrik* dengan uji tanda atau *sign test*. Uji tanda ini digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil pengukuran awal sebelum diberikan perlakuan dan akhir setelah diberikan perlakuan berupa dengan latihan asertif. Berikut adalah analisis skor angket yang diberikan pada siswa dengan pengukuran *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.4

Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test*

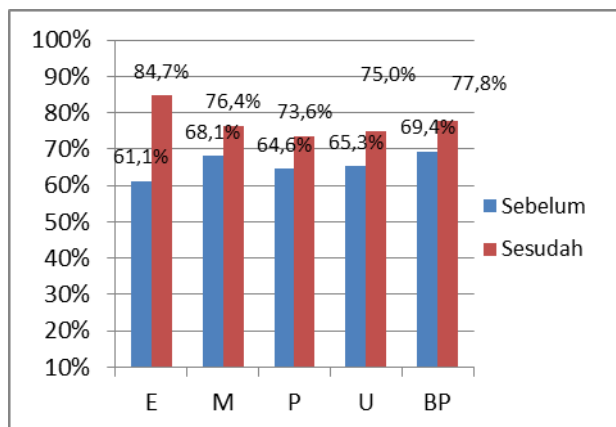
| N o                  | Nam a | <i>Pre-test</i> ( $x_B$ ) | <i>Post-test</i> ( $x_A$ ) | Arah perbed aan | Tand a |
|----------------------|-------|---------------------------|----------------------------|-----------------|--------|
| 1                    | E     | 88                        | 112                        | $x_A > x_B$     | +      |
| 2                    | M     | 98                        | 110                        | $x_A > x_B$     | +      |
| 3                    | P     | 93                        | 106                        | $x_A > x_B$     | +      |
| 4                    | U     | 94                        | 108                        | $x_A > x_B$     | +      |
| 5                    | BP    | 100                       | 112                        | $x_A > x_B$     | +      |
| Jumlah tanda (+) : 5 |       |                           |                            |                 |        |
| Jumlah tanda (-) : 0 |       |                           |                            |                 |        |

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda positif (+) berjumlah 5 siswa yang dinyatakan sebagai N (jumlah pengamatan yang relevan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah nol. Dengan melihat pada tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=5$  dan  $x=0$ , maka diperoleh  $p = 0,031$ . Apabila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka harga  $0,031 < 0,05$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perubahan skor keterampilan siswa menloak ajakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras pada siswa SMPN 2 Karangjati antara sebelum dan dengan sesudah penerapan latihan asertif yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa penerapan latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan menloak jakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras pada siswa SMPN 2 Karangjati.

Adapun hasil perbedaan *pre-test* dan *post-test* yang digambarkan dalam grafik sebagai berikut.



**Grafik 4.3**  
**Hasil Perbedaan Skor *Pre-test* dan *Post-test***



Maka secara keseluruhan dapat dilihat adanya perbedaan grafik hasil *post-test* yang lebih tinggi daripada hasil *pre-test*. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor keterampilan siswa menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras antara sebelum dan sesudah pemberian perlakuan dengan latihan asertif

#### Analisi Individu

- Subjek E**  
Skor subjek E sebelum mendapat perlakuan adalah 88, setelah diberi perlakuan menggunakan latihan asertif skor yang didapatkan subjek E meningkat menjadi 112. Dengan demikian jumlah peningkatan skor adalah 24 meningkat dari kategori rendah menjadi sedang.
- Subjek M**  
Skor subjek M sebelum mendapat perlakuan adalah 98, setelah diberi perlakuan menggunakan latihan asertif skor yang didapatkan subjek M meningkat menjadi 110. Dengan demikian jumlah peningkatan skor adalah 12 meningkat dari kategori rendah menjadi sedang.
- Subjek P**  
Skor subjek P sebelum mendapat perlakuan adalah 93, setelah diberi perlakuan menggunakan latihan asertif skor yang didapatkan subjek P meningkat menjadi 106. Dengan demikian jumlah peningkatan skor adalah 13 meningkat dari kategori rendah menjadi sedang.
- Subjek U**  
Skor subjek U sebelum mendapat perlakuan adalah 94, setelah diberi perlakuan dengan menggunakan latihan asertif skor yang didapatkan subjek U meningkat menjadi 108. Dengan demikian jumlah peningkatan skor adalah 14 meningkat dari kategori rendah menjadi sedang.
- Subjek BP**  
Skor subjek BP sebelum mendapat perlakuan adalah 100, setelah diberi perlakuan dengan menggunakan latihan asertif skor yang didapatkan subjek BP meningkat menjadi 112. Dengan demikian jumlah peningkatan skor adalah 12 meningkat dari kategori rendah menjadi sedang

#### Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis angket *pre-test* yang telah disebarkan kepada siswi SMPN 2 Karangjati, terdapat 5 siswa yang memiliki skor rendah yang kemudian dijadikan subjek penelitian. Kelima siswa tersebut adalah E, M, P, U, dan BP yang kemudian diberikan perlakuan dengan latihan asertif sebanyak 5 pertemuan. Dari kelima siswa tersebut setelah diberikan perlakuan dapat dilihat adanya peningkatan keterampilan siswa dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras sesuai dengan permasalahan masing-masing. Untuk mengukur perbedaan hasil siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan, siswa diberikan *post-test* dengan mengisi angket keterampilan siswa dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras yang sama dengan yang digunakan ketika *pre-test*. Dari hasil *post-test* tersebut, diketahui ada perbedaan dari 5 siswa tersebut setelah diberi perlakuan dengan latihan asertif. Seperti yang ditampilkan pada tabel berikut :

**Tabel 4.8**  
**Perbedaan Hasil Skor *Post-Test* dan *Pre-Test***

| N o       | Subyek | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | Jumlah peningkatan skor |
|-----------|--------|-----------------|------------------|-------------------------|
| 1         | E      | 88              | 112              | 24                      |
| 2         | M      | 98              | 110              | 12                      |
| 3         | P      | 93              | 106              | 13                      |
| 4         | U      | 94              | 108              | 14                      |
| 5         | BP     | 100             | 112              | 12                      |
| Jumlah    |        | 473             | 548              | 75                      |
| Rata-rata |        | 94,5            | 109,6            |                         |

Pada tabel diatas dapat dilihat adanya perbedaan skor akhir (*post-test*) setelah diberikan perlakuan dengan skor awal (*post test*) ketika belum diberikan perlakuan. Skor akhir siswa menunjukkan kelima siswa tersebut termasuk dalam kategori sedang, karena mengalami peningkatan skor keterampilan dalam menolak ajakan teman mengonsumsi minuman keras yang sebelumnya termasuk dalam kategori rendah. Hasil analisis data menunjukkan rata-rata skor *post-test* adalah 109,6, sedangkan rata-rata nilai *pre-test* adalah 94,5. Selisih antara rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* berjumlah 15. Tanda positif (+) berjumlah 5 siswa yang dinyatakan sebagai N (jumlah pengamatan yang relevan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah nol. Dengan melihat pada tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=5$  dan  $x=0$ , maka diperoleh  $p = 0,031$ . Apabila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka harga  $0,031 < 0,05$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perubahan skor keterampilan menolak ajakan teman dalam mengonsumsi minuman keras di siswa SMPN 2 Karangjati antara sebelum dan dengan sesudah penerapan latihan asertif yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa

penerapan latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan siswa SMPN 2 Karangjati menolak ajakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa dapat dijadikan alternatif bagi siswa yang memiliki keterampilan siswa menolak ajakan teman mengkonsumsi minuman keras rendah, yang mungkin saja bisa mengganggu kegiatan belajarnya ketika di sekolah. Dengan menerapkan strategi latihan asertif, siswa dapat menolak ajakan teman untuk mengkonsumsi minuman keras. Seperti apa yang diungkapkan oleh Corey (2010: 213) mengatakan bahwa latihan asertif merupakan latihan untuk individu yang mengalami kesulitan menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar untuk diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal. Latihan asertif dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas.

Kelima siswa yang dijadikan subjek penelitian oleh peneliti berdasarkan hasil dari *pre-test* masing-masing mempunyai permasalahan yang sama yang bisa dikatakan cukup mengganggu mereka. Secara garis besar pelaksanaan dengan strategi latihan asertif yang diberikan kepada kelima siswa yang memiliki skor rendah dalam keterampilan siswa menolak ajakan mengkonsumsi minuman keras sangat bermanfaat untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam menolak ajakan teman mengkonsumsi minuman keras mereka, yang tentunya akan berdampak terhadap kegiatan belajar mereka sewaktu di sekolah ataupun saat di rumah

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dari pembahasan, dapat diketahui bahwa yang menunjukkan tanda positif (+) berjumlah 5 siswa yang dinyatakan sebagai N (jumlah pengamatan yang relevan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah nol. Dengan melihat pada tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=5$  dan  $x=0$ , maka diperoleh  $p = 0,031$ . Apabila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka  $0,031 < 0,05$ . Dengan berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Setelah penerapan latihan asertif terdapat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* keterampilan siswa menolak ajakan mengkonsumsi minuman keras. Sehingga penerapan latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan siswa SMP Negeri 2 Karangjati dalam menolak ajakan teman mengkonsumsi minuman keras

### A. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, maka ada beberapa saran yang diberikan, sebagai berikut :

#### 1. Bagi Guru BK

Guru BK diharapkan dapat menerapkan latihan asertif sebagai alternatif penanganan masalah keterampilan menolak ajakan teman dalam mengkonsumsi minuman keras lainnya dan tidak hanya pada siswa SMP saja. Selain itu Guru juga

diharapkan lebih sering untuk memberikan layanan secara rutin untuk membantu permasalahan yang dimiliki oleh siswa.

#### 2. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya dan dapat dikembangkan kembali oleh peneliti lain yang meneliti tentang penerapan latihan asertif. Selain itu dalam penelitian selanjutnya latihan asertif mungkin dapat juga dikombinasikan dengan strategi lainnya dalam menangani masalah perilaku mengkonsumsi minuman keras. Peneliti lain pada penelitian selanjutnya juga diharapkan untuk mempertimbangkan waktu penelitian, membangun komunikasi yang baik dengan siswa, memperbanyak informasi yang berhubungan dengan penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alberti, Robert E. & Emmons, Michael L. (2008) *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships* 9<sup>th</sup> edition, California: Impact Publishers.
- Alwisol, 2009. *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta :Rineka Cipta
- Badudu & Zain Sutan Muhammad (2008) *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jln. Palmerah barat, Jakarta 1027
- Priangguna, Candra 2014. *Perilaku Mengkonsumsi Minuman Beralkohol Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. Skripsi: Tidak Diterbitkan*. Jurusan Pendidikan Psikologi dan Bimbingan Prodi Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Surabaya.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan oleh E Koeswara. Bandung: Refika Aditama.
- Elida, Prayitno. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Fithrotul, Mukhaidlaroh (2012) *Penerapan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Kemampuan Menolak Ajakan Membolos Siswa Kelas X SMA PGRI 1 kota Mojokerto tahun ajaran 2011-2012. Skripsi: Tidak Diterbitkan*. Jurusan Pendidikan Psikologi dan Bimbingan Prodi Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Surabaya
- Haniti, Anti . 2004. pengaruh latihan asertif terhadap konsep diri negatif pada siswa kelas II-3 SMAN

- 8 Surabaya. Skripsi. Tidak diterbitkan. Jurusan pendidikan psikologi dan bimbingan dan konseling fip : UNESA
- <http://adhenqinoy.blogspot.com/2015/02/karya-tulis-minuman-keras.html> (diakses pada tanggal 02 April 2015, pukul 03. 11 )
- <http://news.liputan6.com/read/2197125/miras-oplosan-renggut-4-nyawa-di-sumedang> (diakses pada tanggal 24 april 2015, pukul 01:07)
- <http://regional.kompas.com/read/2015/03/10/20432601/Seorang.Gadis.Belia.Diperkosa.Tiga.Remaja.Seu.sai.Pesta.Miras>. (diakses pada tanggal 02 April 2015, pukul 01.15 )
- Jurnal Psikologi Proyeksi*. Vol.2 No.2. Nashori, F. & Indirawati, E. 2007. *Peranan Perilaku Merokok Dalam Meningkatkan Suasana Hati Negatif (Negative Mood States)* Mahasiswa.
- Kartono, Kartini, 2009, *Patologi Sosial Jilid 1*, Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Mardani, (2008). *Penyalahgunaan narkoba dalam perspektif hukum islam dan hukum pidana nasional*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Nursalim, Mochamad dan suardi. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling Surabaya* : Unesa University Press
- Nursalim, Mochamad. 2013, *Strategi dan Intervensi Konseling*. Surabaya: Indeks
- Nurwijaya, Hartati dan Ikawati, Zullies. 2009. *Bahaya Alkohol dan Cara Mencegah Kecanduannya*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Ghalia Indonesia
- Purwoko Budi & Pratiwi Titin Indah. 2007. *Pemahaman Individu Melalui Teknik Non Tes*. Unesa University Press
- Ra'uf, M. 2002. *Dampak Penyalahgunaan Narkoba Terhadap Remaja & Kamtibmas*. Jakarta: BP Dharma Bhakti
- S.wilis Sofyan. 2010. *alis Teori Dan Praktek*. Bandung : Alfabeta
- Santrock, John W. (1995). *Life-span development jilid 1*. (Terjemahan. A. Chusairi & J. Damanik). Jakarta: Erlangga
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence, Eleventh Edition Psikologi Perkembangan Remaja*. : Jakarta : Erlangga.
- Sugiono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kuliataif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Sugiono.2012."Metode penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D" ALFABETE, CV. Jl.Gegerkalog Hilir No. 84 Bandung